



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

**O ANO PROFISSIONAL JÚNIOR
EM CONTEXTO DE PANDEMIA**

RECOMENDAÇÕES PARA
ENTIDADES RECEPTORAS

RECOMENDAÇÕES

Conscientes da situação exigente e desafiante em que actualmente vivemos, a Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) encontra-se ao lado de todas as entidades que, independentemente do seu sector de actividade, missão ou dimensão, estabelecem com a OPP relações de parceria, reforçando o importante papel dos Psicólogos e da ciência psicológica neste período de incerteza.

Os Psicólogos Júnior são profissionais qualificados e aptos à realização de actos psicológicos no contexto do seu projecto de estágio/ano profissional júnior. As suas competências e espectro de funções constituem uma **mais-valia numa multiplicidade de intervenções** nos mais diversos contextos e **junto de múltiplos destinatários** (indivíduos, famílias, grupos e organizações), e por isso, podem fornecer um **contributo inestimável na adaptação das entidades receptoras à actual situação pandémica**.

Enumeram-se, de seguida, algumas **actividades que o Psicólogo Júnior pode realizar**, algumas delas com particular relevância no contexto desta pandemia:

- **Avaliação, diagnóstico, análise e monitorização de indicadores psicossociais** da comunidade, incluindo os **riscos psicossociais** da entidade receptora (e.g., promoção de locais de trabalho saudáveis, melhoria da eficácia e desempenho organizacional das instituições, promoção da saúde ocupacional).
- Desenvolvimento, implementação, monitorização e avaliação de programas e planos de **prevenção, intervenção psicológica/psico-educativa e promoção da saúde psicológica ao longo do ciclo de vida**, assente num modelo multinível de resposta às necessidades dos cidadãos.
- **Acompanhamento psicológico** (e.g., consultas de psicologia e/ou psicoterapia) e **adaptação da prestação de serviços de apoio psicológico**, assegurando a continuidade das práticas de intervenção psicológica num modelo de prestação de serviços à distância, quando necessário ou relevante, com recurso a tecnologias de informação e comunicação.

A pandemia COVID-19 trouxe alterações profundas à economia e ao mercado de trabalho em Portugal e no Mundo. Desde Março de 2020, muitas organizações viram-se forçadas a encerrar, definitiva ou temporariamente, deixando de poder prestar os seus serviços ou fazendo-o de forma condicionada. Independentemente das medidas adoptadas para gerir a crise, das estratégias de adaptação, planos de contingência, redução ou suspensão temporária das actividades de cada organização, sabemos que o impacto económico, social, profissional e pessoal é e será profundo, marcando um **período e uma realidade exigentes e desafiantes para todos os indivíduos, grupos, organizações e comunidades**.

O contributo dos Psicólogos é fundamental para estas realidades (individuais, sociais e económicas), sendo inúmeras as evidências científicas do custo-efectividade e dos resultados positivos da sua acção. **A actuação dos Psicólogos e Psicólogos Júnior tem sido basililar na gestão da crise pandémica**, na **promoção global da saúde** e na **divulgação de informação útil e fidedigna** sobre a **Saúde Psicológica**, os **comportamentos pró-sociais e pró-saúde**. Os Psicólogos podem apoiar a população em diversos contextos, como os contextos de saúde, educação, social e comunitário, de justiça ou desporto, por exemplo. Da mesma forma, **podem apoiar as organizações, os seus gestores e líderes**.

Desta forma, os **Psicólogos Júnior constituem uma mais-valia em tempo de pandemia**, pelo apoio directo que podem proporcionar à população, contribuindo para a sua Saúde Psicológica, bem-estar e qualidade de vida. E pelo **apoio que podem proporcionar às organizações**, promovendo a **produtividade e a competitividade**, bem como a Saúde Psicológica e o bem-estar, **intervindo no presente e preparando o futuro**.

- **Intervenção psicológica junto da comunidade escolar** (e.g., promoção de competências sócio emocionais e académicas, prevenção do bullying e violência escolar, facilitação das transições escolares, apoio às necessidades educativas especiais e às dificuldades de aprendizagem).
- **Intervenção psicológica junto de famílias** (por exemplo, promoção de competências parentais, apoio ao desenvolvimento de relações familiares saudáveis e integração das famílias em redes de apoio social, apoio e intervenção junto de novas configurações familiares, protecção de menores).
- **Intervenção psicológica junto da população sénior** (por exemplo, prevenção das demências, do isolamento e da marginalização social; promoção de um envelhecimento activo e saudável).
- **Intervenção psicológica junto de grupos em risco e/ou socialmente vulneráveis** (por exemplo, redução do estigma, promoção da inclusão, da igualdade, da não discriminação; facilitação de processos de mudança comportamental, psicossocial e emocional; prevenção de comportamentos de risco; apoio à construção de projectos de vida saudável).
- **Intervenção psicológica junto de minorias sociais e imigrantes** (por exemplo, promoção da integração e inclusão social; desenvolvimento de competências e recursos pessoais, sociais e profissionais; combate ao estigma e promoção da aceitação da diversidade).
- **Intervenção psicológica junto de pessoas em situação de desemprego** (por exemplo, apoio em processos de reconhecimento e consolidação de competências; programas de apoio à empregabilidade e de adopção de comportamentos de gestão pessoal de carreira; facilitação da (re)integração no mercado de trabalho; apoio à construção de projectos de carreira).
- **Capacitação das comunidades** (por exemplo, promoção da adopção de estilos de vida saudáveis; promoção da resiliência e de competências transversais de vida; promoção da Literacia, nomeadamente da Literacia em Saúde e da Literacia Financeira; Educação para o auto-cuidado e prevenção das desigualdades).
- **Gestão de Pessoas e selecção, avaliação e orientação de recursos humanos** (por exemplo, apoio a processos de recrutamento e selecção; apoio aos processos de liderança e de tomada de decisão em gestão estratégica de recursos humanos; planeamento e desenvolvimento de carreiras, gestão do desempenho).
- Assessoria aos decisores no planeamento e implementação de **políticas e projectos sociais e de saúde** (e.g., gestão de processos de candidatura a financiamentos; elaboração e emissão de opiniões, declarações, pareceres e relatórios; apoio nos processos de tomada de decisão, inclusive na elaboração de planos de contingência e gestão de crise e na promoção da saúde física e psicológica em contexto laboral).
- **Primeiros Socorros Psicológicos** na resposta às consequências directas e imediatas da pandemia ou de outras situações de crise.

PORQUÊ CONTRATAR UM PSICÓLOGO JÚNIOR?

Resulta, do actual contexto, uma clara necessidade de agir relativamente à saúde, à economia e à sociedade. **É necessário que os líderes cuidem das organizações e dos seus colaboradores**, quer do ponto de vista organizacional, quer do ponto de vista humano, **assegurando a manutenção da produtividade e da saúde mental/psicológica** na concretização da sua missão. O Psicólogo Júnior pode ajudar nesta missão e contribuir de forma decisiva para a gestão dos desafios do momento que atravessamos.

Ao contratar um Psicólogo Júnior, a entidade receptora passa a beneficiar do serviço de um profissional qualificado para a realização de actos psicológicos em qualquer área da psicologia, com a garantia de um exercício de actividade profissional de acordo com pressupostos técnicos e científicos actualizados. Contará também com a garantia de competência e motivação de um profissional no seu primeiro ano de exercício, apoiadas pela segurança de um trabalho **supervisionado por um profissional sénior** (Membro Efectivo da OPP), com conhecimentos e experiência

na área da psicologia em questão.

Em suma, o Psicólogo Júnior é um profissional qualificado que, em simultâneo, estará a investir na sua formação mediante a realização do Curso de Formação Inicial Psicólogo Júnior (disponibilizado pela OPP), é provedor de conhecimentos específicos na utilização do Código Deontológico e na implementação/ gestão de projectos e, por isso, é uma mais-valia para a **entidade. No final do término do ano profissional júnior, a entidade contará ainda com a garantia de qualidade decorrente da elaboração de um relatório final de actividades sujeito à apreciação do Orientador e de uma Comissão** OPP com essa atribuição e ainda com a possibilidade de uma apreciação final do trabalho pela entidade empregadora, com um consequente balanço dos contributos do Psicólogo Júnior durante o ano profissional júnior para a actividade da organização.

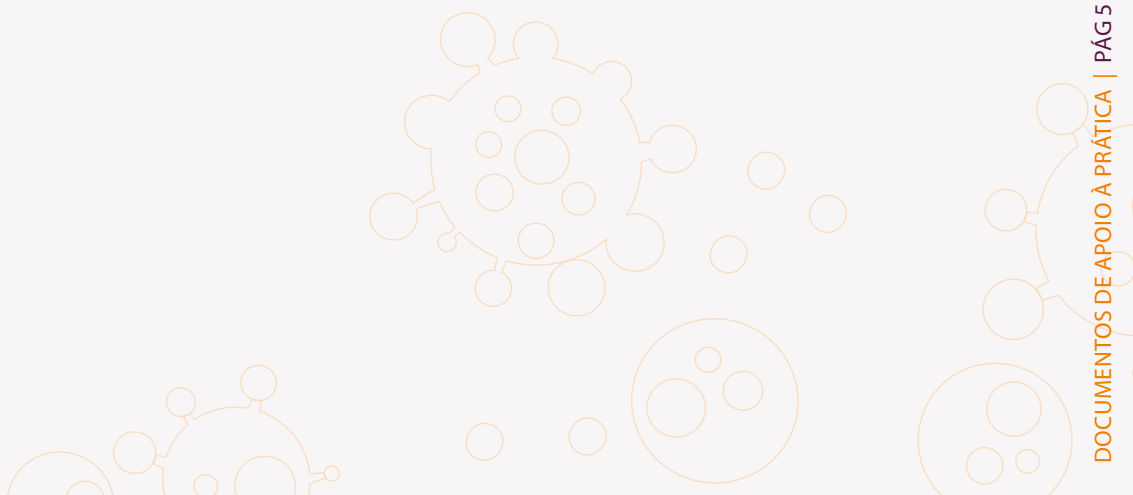
Após assinatura, o Protocolo passará a constar da lista de entidades protocoladas, disponível na página electrónica da OPP. A entidade terá então acesso a um **selo de certificação** que poderá ser utilizado nos seus meios online e nos documentos relacionados com o protocolo estabelecido. **Ao utilizar este selo, a entidade empregadora passa a ser oficialmente uma entidade que colabora activamente com a OPP.**

COMO CONTRATAR UM PSICÓLOGO JÚNIOR?

Qualquer entidade, singular ou colectiva, pública ou privada, cuja actividade compreenda o domínio da Psicologia e que proporcione condições adequadas à prática profissional do Psicólogo Júnior, pode celebrar Protocolo de Colaboração com a OPP. Especificamente, a entidade deve possuir condições para a realização de um ano de trabalho que possa traduzir-se em mais-valias para a formação do Psicólogo Júnior, permitindo a aplicação, em contexto real de trabalho, dos conhecimentos técnicos decorrentes da formação académica, o desenvolvimento de capacidade de resolução de problemas concretos e a aquisição de competências e metidos de trabalho indispensáveis a um exercício competente e responsável da actividade da Psicologia, designadamente nas suas vertentes técnica, científica, deontológica e de relacionamento interpessoal.

SUGESTÕES DE LEITURA

- **Site [Mais Produtividade](#)**, centrado na prosperidade e sustentabilidade das organizações portuguesas. Utilize-o como recurso de análise e de ações para redução do custo do stress e dos problemas de saúde psicológica no trabalho.
- **Documento [Gestão de Recursos Humanos em Tempo de Pandemia](#)**
- **[Dossier para Organizações - Recomendações para líderes, departamentos de recursos humanos e colaboradores](#)**





ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

NOVEMBRO 2020